

## 5.15. Výchova ke zdraví

### 5.15.1. Charakteristika předmětu

Výchova ke zdraví navazuje na předmět Člověk a jeho svět a dále rozvíjí poznatky, dovednosti a zkušenosti žáků získané při výchově v rodině.

Hlavním cílem vyučovacího předmětu je směřování k tomu, aby žáci poznávali sami sebe, na základě poznání sebe a svých potřeb a porozumění světu kolem sebe se učí vnímat vztahy ve společnosti, porozumět soudobému způsobu života, jeho přednostem i problémům. Výchova směřuje k tomu, aby žáci pochopili hodnotu zdraví, smysl zdravotní prevence i hloubku problémů spojených s nemocí či jiným poškozením zdraví, učí aktivně rozvíjet a chránit zdraví ve všech složkách (sociální, psychické i fyzické) a být za ně zodpovědný. Dále rozvíjí dovednost odmítat škodlivé látky, předcházet úrazům a čelit vlastnímu ohrožení v každodenních i mimořádných situacích. Učí žáky bezpečně se orientovat v konfliktních a krizových situacích, rozpoznávat, předcházet a zaujímat žádoucí postoje a volit správná rozhodnutí ve prospěch svého zdraví.

Tématický okruh Změny v životě člověka a jejich reflexe je zcela integrován do vyučovacího předmětu Přírodopis (8. ročník), stejně tak jako následující části tématických celků: Zdravý způsob života a péče o zdraví – výživa a zdraví, ochrana před přenosnými i nepřenosiými chorobami, chronickým onemocněním a úrazy; Rizika ohrožující zdraví a jejich prevence – civilizační choroby; Hodnota a podpora zdraví – celostní pojetí člověka ve zdraví a nemoci.

Vyučovací předmět Výchova ke zdraví je dotován jednou hodinou týdně v 6. a 7. ročníku.

#### Zařazená průřezová témata:

Průřezové téma **Osobnostní a sociální výchova** je zařazeno celé a tematický okruh Rozvoj schopností poznávání – prolíná celým vzdělávacím oborem.

Z průřezového tématu **Multikulturní výchova** jsou zařazeny tematické okruhy Lidské vztahy a Princip sociálního smíru a solidarity.

## Výchovné a vzdělávací strategie vyučovacího předmětu Výchova ke zdraví

### Kompetence k učení

Společné výchovné a vzdělávací strategie a postupy:	Doporučené realizační formy a metody:
<ul style="list-style-type: none"><li>• Motivujeme žáka k dosažení co nejlepších výsledků.</li><li>• Vedeme žáky k účinnému vyhledávání informací z různých informačních zdrojů, k jejich zpracování a využívání.</li><li>• Aktivně propojujeme teorii s praxí a opačně.</li><li>• Seznamujeme žáky s významem termínů, symbolů a znaků z různých oblastí lidské činnosti a jejich praktickým využíváním v běžných životních situacích.</li><li>• Směřujeme žáky k zobecňování poznatků.</li><li>• Rozvíjíme schopnost žáků pozorovat, experimentovat a výsledky umět zhodnotit a následně používat.</li><li>• Pomáháme žákovi k uvědomění si vlastních předností, schopností a dosažených znalostí a dovedností.</li><li>• Podporujeme samostatnost.</li><li>• Podporujeme různé přijatelné způsoby dosažení cíle.</li><li>• Učíme žáky plánovat, organizovat a vyhodnocovat jejich činnosti.</li><li>• Ve výuce se zaměřujeme prioritně na "aktivní" dovednosti, učivo používáme jako prostředek k jejich získání.</li><li>• Učíme žáky trpělivosti, povzbuzujeme.</li></ul>	<p>výklad vlastní prožitky skupinová práce sebehodnocení, hodnocení druhých práce s textem poznámky, koncepty práce s tabulkami, grafy a diagramy problémové vyučování třídění a přiřazování termínů stanovení dílčích problémů samostatný výklad (referát, přednáška) sebehodnocení</p>

## Kompetence k řešení problémů

Společné výchovné a vzdělávací strategie a postupy:	Doporučené realizační formy a metody:
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Vedeme žáky ke vnímání problémové situace.</li> <li>• Směřujeme k řešení těchto situací s cílem umět rozpoznat problém, jeho příčiny a na základě analýzy určit řešení.</li> <li>• Vytvářením praktických problémových úloh a situací učíme žáky prakticky problémy řešit.</li> <li>• Na modelových příkladech učíme žáky algoritmy řešení problémů.</li> <li>• Podporujeme různé přijatelné způsoby řešení problémů.</li> <li>• Podporujeme netradiční (originální) způsoby řešení problémů.</li> <li>• Podporujeme samostatnost a logické myšlení.</li> <li>• Podporujeme týmovou spolupráci při řešení problémů.</li> <li>• Při řešení problémů učíme žáky používat metodu "brainstorming".</li> <li>• Učíme žáky, jak některým problémům a krizovým situacím předcházet.</li> <li>• Postupně budujeme znalost kompletace a systematizace získaných dat.</li> <li>• Vštěpujeme, že případným nezdarem práce nekončí.</li> <li>• Motivujeme žáky k vytrvalosti a následnému dořešení problému.</li> <li>• Směřujeme žáky k užívání všech nutných postupů.</li> <li>• Vedeme žáky k uvědomění si vlastních pracovních pokroků.</li> <li>• Rozvíjíme kritické myšlení a vedeme žáky k obhajobě a zodpovědnosti za svá rozhodnutí.</li> </ul>	<p>metoda problémového výkladu  metoda hraní rolí, dramatizace  řízený rozhovor  skupinová práce s podporou individuální přípravy žáků  individuální projekty žáků  referáty  formy prezentace  diskuse (předávání vzájemných zkušeností)  burza dobrých nápadů  dotazník, anketa  skupinové hodnocení, sebehodnocení  přednáška (prezentace úkolu)  rekapitulace nosných myšlenek řešení</p>

## Kompetence komunikativní

Společné výchovné a vzdělávací strategie a postupy:	Doporučené realizační formy a metody:
<ul style="list-style-type: none"><li>• Vedeme žáky, aby se dorozumívali kultivovaně, výstižně, srozumitelně a jazykovými prostředky vhodnými pro danou komunikační oblast (v ústním i písemném projevu).</li><li>• Učíme žáky vnímat a chápat různá jazyková sdělení a vhodně na ně reagovat.</li><li>• Učíme žáky formulovat a konkretizovat určitý problém (názor).</li><li>• Rozvíjíme schopnost žáků mluvit a rozhodovat se na základě získané informace vztahující se k nejrůznějším situacím, analyzovat je a kriticky posoudit jejich obsah.</li><li>• Zapojujeme žáky do diskuse, kde mohou vyjádřit svůj názor, obhajovat ho a dokladat vhodnými argumenty.</li><li>• Vedeme žáky k porozumění různým typům textů, obrazových materiálů a běžně užívaných gest.</li><li>• Podporujeme samostatné vyhledávání informací žáky v knihovně a v dalších informačních zdrojích.</li><li>• Podněcujeme žáky, aby o informacích přemýšleli, třídili je, rozlišovali podstatné od nepodstatného, zdůvodňovali svá rozhodnutí a vyvozovali závěry se záměrem rozvíjet jejich kolektivní a společenské vědomí.</li><li>• Učíme žáky orientovat se ve světě informací, tvořivě s nimi pracovat a využívat je v dalším vzdělávání a praktickém životě.</li><li>• Vedeme žáky k rozlišování subjektivnosti a objektivnosti sdělení.</li><li>• Vedeme žáky k chápání funkce televize a ostatních médií, učíme je orientovat se v jejich mnohostranné nabídce z hlediska kvality a významu pro vlastní život.</li><li>• Klademe důraz na "kulturní úroveň" komunikace.</li><li>• Netolerujeme agresivní, hrubé, vulgární a nezdvořilé projevy chování žáků, zaměstnanců školy i rodičů.</li><li>• Podporujeme kritiku a sebekritiku.</li><li>• Vedeme žáky k tomu, aby otevřeně vyjadřovali svůj názor podpořený logickými argumenty.</li></ul>	<p>dialog diskuse referát mluvní cvičení (na určité téma mluvit určitou dobu) střídání různých informačních a komunikačních prostředků nástěnky</p>

<ul style="list-style-type: none"> <li>• Podporujeme přátelskou komunikaci mezi žáky z různých tříd, ročníků, věkových kategorií. Vedeme žáky k pozitivnímu vnímání svého okolí (školy, obce) sebe a ostatních lidí.</li> <li>• Připravujeme žáky na zvládnutí komunikace s jinými lidmi v obtížných a ohrožujících situacích.</li> <li>• Učíme žáky naslouchat druhým jako nezbytný prvek účinné mezilidské komunikace.</li> <li>• Učíme žáky "asertivnímu chování" a "nonverbální komunikaci".</li> </ul>	
---	--

### Kompetence sociální a personální

Společné výchovné a vzdělávací strategie a postupy:	Doporučené realizační formy a metody:
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Směřujeme žáky ke spolupráci v týmu, učíme je organizovat práci v různě velkých skupinách a zároveň přijímat různé skupinové role.</b> Učíme je vnímat vzájemné odlišnosti jako podmínku efektivní spolupráce.</li> <li>• Podporujeme vzájemnou pomoc žáků, vytváříme situace, kdy se žáci vzájemně potřebují.</li> <li>• Podporujeme "inkluzi" ("začlenění") – volíme formy práce, které pojímají různorodý kolektiv třídy jako mozaiku vzájemně se doplňujících kvalit, umožňujících vzájemnou inspiraci a učení s cílem dosahování osobního maxima každého člena třídního kolektivu.</li> <li>• Učíme žáky kriticky hodnotit práci (význam) týmu, svoji práci (význam) v týmu i práci (význam) ostatních členů týmu.</li> <li>• Podporujeme integraci žáků se speciálními vzdělávacími potřebami do třídních kolektivů.</li> <li>• Minimalizujeme používání frontální metody výuky, podporujeme skupinovou výuku a kooperativní vyučování.</li> <li>• Netolerujeme projevy rasismu, xenofobie a nacionalismu.</li> <li>• Průběžně monitorujeme sociální vztahy ve třídě, skupině.</li> <li>• Učíme žáky odmítavému postoji ke všemu, co narušuje dobré vztahy mezi žáky, (mezi žáky a učiteli).</li> </ul>	<p>metoda skupinové práce metoda hraní rolí řízený i volný dialog, diskuse v plénu problémová výuka dialog v plénu (v kruhu) společné pobyty, výlety, exkurze umění sebereflexe forma kladného hodnocení (odměňování) metoda sebehodnocení prezentační metody dramatická hra metody řešení problémů konfliktů rolí</p>

<ul style="list-style-type: none"> <li>• Důsledně vyžadujeme dodržování společně dohodnutých pravidel chování, na jejichž formulaci se žáci spolupodíleli.</li> <li>• Trpělivě a nenásilně rozvíjíme potřebu sociálního učení s cílem utvořit si osobní morální kodex s ohledem na silné a slabé stránky žákovy osobnosti.</li> <li>• Vedeme žáky k samostatnému jednání i v problémových situacích.</li> <li>• Využíváme každé situace k rozvoji kladných charakterových vlastností.</li> <li>• Vedeme žáky k využívání zkušeností druhých a navazování na již známé poznatky a prožitky.</li> <li>• Pomocí kladné motivace usnadňujeme utváření pozitivních postojů a návyků v souladu se zdravým životním stylem.</li> <li>• Citlivě usměrňujeme a rozvíjíme projevy zdravých ambicí.</li> <li>• Vedeme k přijímání společenských rolí, a tím uvědomování si svého platného zařazení do společnosti.</li> </ul>	
--	--

### Kompetence občanské

Společné výchovné a vzdělávací strategie a postupy:	Doporučené realizační formy a metody:
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Vedeme žáky k umění naslouchat a vyjádřit svůj názor (jako jednatel, jako skupina).</li> <li>• Učíme žáky vhodně (slušnou formou) argumentovat a tolerovat názory druhých.</li> <li>• Učíme žáky respektovat ostatní (jiná kultura, jiné náboženství, starší, postižení apod.).</li> <li>• Vedeme žáky k odmítání násilí.</li> <li>• Poskytujeme informace o řešení problémových situací (kde hledat pomoc, zdravé sebevědomí, asertivita).</li> <li>• Vedeme žáky ke znalosti a důslednému dodržování pravidel slušného chování a základních morálních principů.</li> <li>• Vedeme žáky k odpovědnosti za své chování a jednání.</li> <li>• Rozvíjíme schopnost žáků rozpoznat vážnost situace a adekvátně se rozhodovat.</li> <li>• Učíme žáky jednat zodpovědně.</li> <li>• Vedeme žáky k odpovědnosti za zdraví své i ostatních.</li> </ul>	<p>diskuse rozhovor přednáška řešení modelových, problémových situací metody problémového výkladu porovnávání přednášky exkurze výklad srovnávání pozorování výzkum</p>

- Vychováváme žáky jako svobodné občany, plnící si své povinnosti, uplatňující svá práva a respektující práva druhých, jako osobnosti zodpovědné za svůj život, své zdraví a za své životní prostředí a jako ohleduplné bytosti, schopné a ochotné účinně pomoci v různých situacích.
- Netolerujeme sociálně patologické projevy chování (drogy, šikana, kriminalita mládeže, týrání).
- Netolerujeme projevy rasismu, xenofobie a nacionalismu.
- Netolerujeme agresivní, hrubé, vulgární a nezdvořilé projevy chování žáků, zaměstnanců školy i rodičů.
- Netolerujeme nekomarádské chování a odmítnutí požadované pomoci.
- Netolerujeme žádnou podobu (aktivní, pasivní, otevřenou, skrytou) podpory výše uvedených negativních jevů.
- Důsledně dbáme na dodržování pravidel chování ve škole, stanovených ve vnitřních normách školy.
- Vedeme žáky k sebeúctě a k úctě k druhým lidem.
- Na konkrétních modelových příkladech demonstrujeme pozitivní a negativní projevy chování lidí.
- Využíváme pomoci a zkušeností odborníků – výchovných poradců, PPP, OPD, policie.
- Dodržujeme zásadu: není tu špatný žák, jsou tu jen špatné projevy jeho chování.
- Při kázeňských problémech žáků se vždy snažíme zjistit jejich motiv (příčinu).
- Vedeme žáky k aktivní ochraně jejich zdraví a k ochraně životního prostředí.
- Nabízíme žákům vhodné pozitivní aktivity (kulturní, sportovní, rekreační apod.) jako protipól nežádoucím sociálně patologickým jevům.
- Jsme vždy připraveni komukoliv z žáků podat pomocnou ruku.

## Kompetence pracovní

Společné výchovné a vzdělávací strategie a postupy:	Doporučené realizační formy a metody:
<ul style="list-style-type: none"><li>• Zapojujeme žáky do vytváření kritérií pro hodnocení.</li><li>• Vedeme žáky k objektivnímu sebehodnocení a posuzování svých reálných možností při výběru budoucího povolání.</li><li>• Učíme žáky stanovit si cíl, pojmenovat jej a rozfázovat postup k jeho dosažení.</li><li>• Vedeme žáky k samostatnému hledání informačních zdrojů.</li><li>• Důsledně žáky vedeme k dodržování vymezených pravidel, ochraně zdraví a k plnění svých povinností a závazků.</li><li>• Vedeme žáky k pozitivnímu vztahu k práci. Vždy pochválíme nejen kvalitně odvedenou práci, ale i snahu a píli.</li></ul>	<p>výklad reproduktivní metoda prezentace vlastní práce beseda diagnostika vlastních schopností sociometrické dotazníky exkurze práce s tiskem, internetem zpracování dotazníku</p>

## Kompetence digitální

Společné výchovné a vzdělávací strategie a postupy:	Doporučené realizační formy a metody:
<ul style="list-style-type: none"><li>• Vedeme žáky k jejich aktivnímu využívání při učení, zapojení do života školy a do společnosti.</li><li>• Podporujeme žáky v samostatném rozhodování při využívání technologií.</li><li>• Podporujeme žáky v získávání a vyhledávání dat, informací a digitálního obsahu.</li><li>• Vedeme žáky ke kritickému posouzení vyhledaných dat.</li><li>• Motivujeme žáky k vyjadřování se za pomoci digitálních prostředků.</li><li>• Podněcujeme žáky k zefektivnění a zjednodušení svých pracovních postupů a výsledků.</li><li>• Vedeme žáky k předcházení situacím ohrožujících bezpečnost zařízení i dat.</li><li>• Upozorňujeme žáky na negativní dopad na jejich tělesné a duševní zdraví i zdraví ostatních.</li><li>• Vedeme žáky k etickému jednání při komunikaci a sdílení informací v digitálním prostředí.</li></ul>	<p>práce s textem, učebnicí, elektronickou knihou, obrázky, tabulkami, symboly, znaky vyhledávání informací orientace v získaných vědomostech a dovednostech práce na PC a jiných digitálních zařízeních rozhovory, besedy, videa, práce ve skupině, motivační činnosti a hry hodnocení individuální, skupinové, sebehodnocení písemný kultivovaný projev v digitální podobě – přání, sdělení, prosba, dopis, referát, úvaha individualizace ve výuce vyhledávání informací z různých zdrojů modelové situace, praktické činnosti práce podle návodu</p>



### 5.15.2. Vzdělávací obsah vyučovacího předmětu Výchova ke zdraví

6. ročník

Očekávané výstupy RVP ZV	Konkrétní školní výstupy	Učivo	mezipředmětové vztahy, průřezová témata
<p><b>Žák:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>vysvětlí role členů komunity (rodiny, třídy, spolku) a uvede příklady pozitivního a negativního vlivu na kvalitu sociálního klimatu (vrstevnická komunita, rodinné prostředí) z hlediska prospěšnosti zdraví</li> </ul>	<p><b>Žák:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>rozlišuje a přijímá různé sociální role</li> <li>vysvětlí, proč a jak se potřeby rodiny vzhledem k bydlení v průběhu času vyvíjí a mění</li> <li>vysvětlí, proč vztahy lidí potřebují důvěru, vzájemné pochopení, toleranci a podporu</li> <li>objasní význam náhradní rodinné péče</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li><b>rodina</b> (vztahy v rodině, vliv na vztahy v životě, role v rodině, vliv rolí na život, práva a povinnosti členů rodiny)</li> <li><b>změny v životě člověka a jejich reflexe</b> (+ změny v potřebách rodiny včetně bydlení)</li> <li><b>týrání dětí jako trestný čin</b></li> <li><b>náhradní rodinná péče</b></li> </ul>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>respektuje přijatá pravidla soužití mezi spolužáky i jinými vrstevníky a přispívá k utváření dobrých mezilidských vztahů v komunitě</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>rozlišuje a přijímá pozitivní hodnoty od rodiny, vrstevníků a společnosti</li> <li>respektuje pravidla slušného chování</li> <li>zdůvodní a obhájí vlastní názor, vede dialog, vyjadřuje se a je tolerantní k názorům ostatních</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li><b>lidská práva</b></li> <li><b>pravidla soužití</b> (rodina, škola, vrstevnická skupina, obec, spolek)</li> <li><b>mezilidské vztahy</b>, komunikace, kooperace, kompetice</li> <li><b>multikulturní společnost</b> (jak obohacuje jedince i společnost)</li> <li><b>nutnost vzájemné pomoci a spolupráce v životě</b></li> </ul>	<p><b>OSV 6</b> <b>MV 2</b></p> <p><b>OSV 7 – 9</b> <b>MV 5:</b> Nekonfliktní život v multikulturní společnosti</p>

Očekávané výstupy RVP ZV	Konkrétní školní výstupy	Učivo	mezipředmětové vztahy, průřezová témata
<ul style="list-style-type: none"> <li>vyjádří vlastní názor k problematice zdraví a diskutuje o něm v kruhu vrstevníků, rodiny i nejbližším okolí</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>orientuje se v prostředcích osobní a intimní hygieny a jejich použití</li> <li>optimálně rozvrhuje svůj denní režim a uplatňuje v něm zásady duševní hygieny a správně reaguje v zátěžových situacích</li> <li>diskutuje o zdraví a jeho významu pro člověka, rodinu a jeho okolí</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li><b>zdravý životní styl</b></li> <li><b>režim dne</b></li> <li><b>tělesná a duševní hygiena</b> Zdraví, vliv zdraví na život člověka</li> </ul>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>projevuje odpovědný vztah k sobě samému, k vlastnímu dospívání a pravidlům zdravého životního stylu; dobrovolně se podílí na programech podpory zdraví v rámci školy a obce</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>definuje vlastní jedinečnost</li> <li>váží si své odlišnosti a popíše možnosti sebeovlivňování</li> <li>orientuje se ve zvláštностech vývoje</li> <li>analyzuje vlastní vývoj a vnitřně se s ním ztotožňuje</li> <li>uvede příklady situací, které ohrožují zdravý vývoj osobnosti (možnosti jejich předcházení, řešení)</li> <li>popíše princip zdravého životního stylu</li> <li>uplatňuje ve vlastním denním režimu zásady péče o zdraví</li> <li>dobrovolně se podílí na programech podpory zdraví v rámci školy a obce</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li><b>psychologie sebepoznání,</b> vztah k sobě samému, vztah k druhým, zdravé a vyrovnané sebepojetí (cvičení sebereflexe, sebekontrola, sebeovládání, zvládání problémových situací)</li> <li><b>morální rozvoj</b> (cvičení zaujímání hodnotových postojů a rozhodovacích dovedností, dovednosti řešit problémy, pomáhat, chovat se sociálně)</li> </ul>	<p><b>OSV 2</b> <b>OSV 3</b></p> <p><b>OSV 10, 11</b></p>

Očekávané výstupy RVP ZV	Konkrétní školní výstupy	Učivo	mezipředmětové vztahy, průřezová témata
<p><b>Žák:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• samostatně využívá osvojené kompenzační a relaxační techniky a sociální dovednosti k regeneraci organismu, překonávání únavy a předcházení stresovým situacím</li> </ul>	<p><b>Žák:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• uvede příklady zátěžových (stresových) situací</li> <li>• správně se rozhoduje v situacích duševní nepohody a pracovního zatížení</li> <li>• vybírá vhodné formy aktivního odpočinku</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>psychohygienu v sociální dovednosti</b> pro předcházení a zvládnutí stresu, hledání pomoci při problémech</li> <li>• <b>stres a jeho vztah ke zdraví</b> – kompenzační, relaxační a regenerační techniky k překonávání únavy, stresových reakcí a k posilování duševní odolnosti</li> </ul>	OSV 4
<ul style="list-style-type: none"> <li>• projevuje odpovědné chování v rizikových situacích silniční a železniční dopravy; aktivně předchází situacím ohrožení zdraví a osobního bezpečí, v případě potřeby poskytne adekvátní první pomoc</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• rozpozná situace ohrožující jeho bezpečnost a dle možností chrání svou osobu i ostatní</li> <li>• uplatňuje pravidla bezpečnosti v různých prostředích a situacích (např. pravidla silničního provozu)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>bezpečné chování</b> – komunikace s vrstevníky a neznámými lidmi, pohyb v rizikovém prostředí, přítomnost v konfliktních a krizových situacích</li> <li>• <b>chování za mimořádných situacích</b> – integrovaný záchranný systém, varovné signály, chování po jejich zaznění</li> <li>• <b>dodržování pravidel bezpečnosti a ochrany zdraví</b> – bezpečné prostředí ve škole, ochrana zdraví při různých činnostech, bezpečnost v dopravě, znalost silničního provozu</li> </ul>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• uplatňuje adekvátní způsoby chování a ochrany v modelových situacích ohrožení, nebezpečí i mimořádných událostí</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• uvede příklady mimořádných událostí</li> <li>• uvede postupy řešení při ochraně osob a majetku za těchto situací</li> </ul>		

Očekávané výstupy RVP ZV	Konkrétní školní výstupy	Učivo	mezipředmětové vztahy, průřezová témata
		<ul style="list-style-type: none"> <li>ochrana člověka za mimořádných událostí – živelní pohromy, terorismus</li> </ul>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>uvádí do souvislostí zdravotní a psychosociální rizika spojená se zneužíváním návykových látek a životní perspektivou mladého člověka; uplatňuje osvojené sociální dovednosti a modely chování při kontaktu se sociálně patologickými jevy ve škole i mimo ni; v případě potřeby vyhledá odbornou pomoc sobě nebo druhým</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>zhodnotí rizika zneužívání návykových látek</li> <li>popíše principy vzniku a rizika rozvoje závislostí</li> <li>uvede techniky odmítání patologických jevů</li> <li>orientuje se v nabídce specializované pomoci</li> <li>rozpozná patologické chování a v rámci svých možností vhodně reaguje</li> <li>uvede příklady situací a prostředí, ohrožující osobní bezpečí a uvede způsoby vhodného chování v těchto situacích</li> <li>uvede příklady zneužívání dětí a možnosti pomoci</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li><b>auto – destruktivní závislosti</b> – zdravotní a sociální rizika zneužívání návykových látek, patologického hráčství, práce s počítačem; návykové látky (bezpečnost v dopravě, trestná činnost, dopink ve sportu); centra pomoci</li> <li><b>skryté formy a stupně individuálního násilí a zneužívání, sexuální kriminalita</b> – šikana a jiné projevy násilí; formy sexuálního zneužívání dětí; komunikace se službami odborné pomoci</li> </ul>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>vyhodnotí na základě svých znalostí a zkušeností možný manipulativní vliv vrstevníků, médií, sekt; uplatňuje osvojené dovednosti komunikační obrany proti manipulaci a agresi</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>zhodnotí nevhodné chování vrstevníků, špatný vliv médií a sekt</li> <li>rozlišuje manipulativní a agresivní chování a vhodně na ně reaguje</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li><b>manipulativní reklama a informace</b> – reklamní vlivy</li> <li>působení sekt</li> <li>asertivní chování</li> </ul>	